

**PENGARUH GAYA MENGAJAR RESIPROKAL DAN MEDIA AUDIO
VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR PENCAK SILAT JURUS
TUNGGAL BAKU TANGAN KOSONG**

(study eksperimen siswa kelas 5 SDN Gegerkalong KPAD Kota Bandung)

SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh :

Bagas Dwiawan

1504787

**PROGRAM STUDI
PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAH RAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2019**

**PENGARUH GAYA MENGAJAR RESIPROKAL DAN MEDIA AUDIO
VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR PENCAK SILAT JURUS
TUNGGAL BAKU TANGAN KOSONG**

(Study Eksperiment pada siswa kelas V SDN 178 Gegerkalong KPAD)

SKRIPSI

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
memperoleh gelar Sarjana pada Fakultas Pendidikan Olahraga dan
Kesehatan

Bagas Dwiawan

© Bagas Dwiawan

Universitas Pendidikan Indonesia

November 2019

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,
Dengan dicetak ulang, difoto copy, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis

LEMBAR PENGESAHAN

BAGAS DWIAWAN

**PENGARUH GAYA MENGAJAR RESIPROKAL DAN MEDIA AUDIO
VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR PENCAK SILAT JURUS TUNGGAL
BAKU TANGAN KOSONG**

(Study eksperiment siswa kelas V SDN 178 Gegerkalong KPAD)


Skripsi ini disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I


Dr. Dian Budiana, M.Pd

NIP.197706292002121002

Pembimbing II


Lukmannul Haqim Lubay, M.Pd

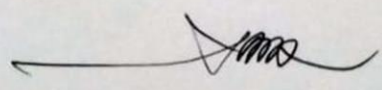
NIP.197508122009121004

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani

Universitas Pendidikan Indonesia


Dr. Agus Mahendra, MA.

NIP.196308241989031002

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul **“Pengaruh Gaya Resiprokal dan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Pencak Silat Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong”** (Study eksperimen siswa kelas V SDN 178 Gegerkalong KPAD) ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya sendiri.

Bandung, November 2019

Penulis,

Bagas Dwiawan

NIM. 1504787

KATA PENGANTAR

Tidak ada kata-kata yang pantas diucapkan selain mengucapkan syukur kehadirat Allah SWT, atas segala limpahan rahmat dan hidayahnya. Alhamdulillah penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya.

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Gaya Resiprokal dan Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Pencak Silat Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong” ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (FPOK) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI).

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari akan segala kekurangan, baik akibat kendala pribadi maupun secara teknis. Maka dari itu penulis berharap atas kritik yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Semoga skripsi ini bermanfaat menjadi transformator perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang pendidikan. Semoga segala kebaikam mendapatkan balasan dari Allah SWT

Bandung, November 2019

Bagas Dwiawan

NIM. 1504787

UCAPAN TERIMAKASIH

Pada penulisan skripsi ini, penulis tidak terlepas dari bantuan berupa bimbingan dan petunjuk serta dorongan dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Allah SWT karena atas berkat rahmatnya penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
2. Kepada orang tua tercinta Bapak (Wawan Setiawan) dan Ibu (Siti Kuraesin), Kakak tersayang (Yudana Fauzi) dan adik tersayang (Bagus Triawan) atas doadoanya, serta telah mendidik, membesarkan, merawat dan mencurahkan segenap kasih sayang yang tak terbatas serta segala bentuk motivasi yang telah diberikan kepada penulis dalam menempuh pendidikan maupun dalam proses penelitian serta menulis skripsi.
3. Prof. Dr. H. Adang Suherman M.A selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
4. Dr. Yudy Hendrayana, M.Kes. selaku Ketua Departemen Pendidikan Olahraga.
5. Dr. Agus Mahendra M.A selaku Ketua Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani yang telah memberikan bimbingan dan dorongan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Dr. Dian Budiana M,Pd. selaku Dosen pembimbing skripsi yang telah senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini dan memberikan pengarahan serta saran kepada penulis dari awal penyusunan sampai selesai.
7. Lukmannul Haqim Lubay M. Pd. selaku Dosen pembimbing skripsi yang telah senantiasa meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, memberikan masukan dalam penyusunan skripsi ini dan memberikan pengarahan serta saran kepada penulis dari awal penyusunan sampai selesai.
8. Sucipto, M.Kes AIFO selaku Dosen Pembimbing Akademik yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan bimbingan serta doa agar penyelesaian skripsi ini selesai dengan baik dan benar.
9. Kepada semua Dosen Departemen Pendidikan Olahraga yang telah mendidik dan memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.

10. Kepada Staff dan Karyawan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan yang senantiasa melayani dan membantu setiap kepentingan penulis selama perkuliahan.
11. Kepada SDN 178 Gegerkalong KPAD yang telah bersedia mengizinkan penulis melaksanakan penelitian.
12. Kepada Tim Kabita Wedding, Panji Gustiadi, Ranky Safitri, Bagus Triawan, Yudana Fauzi, Edwin Fadilah, Mahpudin, Alfian Wahyudi P, M Abdul latif, Pian Sopiana, Sandi Hidayat, Ujang, Omat, Heru yang selalu memberikan doa dan dukungan moral kepada penulis.
13. Sahabat Perong yang tidak henti-hentinya memberikan semangat M Arif Ghazali, Ikman M. S, Irsyad Azhari, M Jaya P.S, Refky Sudrajat, Sandy Iswanto, Ari Irawan, Rani Meidiati, Poppi Juliana S, Sylvia Rahayu F, Mildan Mugni A, Risky Faturohman yang sangat membantu baik dalam proses penulisan maupun penelitian, selalu memberikan motivasi disaat penulis sedang terpuruk.
14. Sahabat Keluarga Tumjoy yang tidak henti-hentinya memberikan semangat Aos Sunardi, Hilman Fahmi, Edwin fadilah, M Raka F, M Arif Ghazali, Ikman M.S, Sandi Hardian, Andi hermawan, Dini Nurohmah, Risky Amarullah, Nurlit Aryanti, Mufiz A, Ryan Sofian, imamudin yang sangat membantu baik dalam proses penulisan maupun penelitian, selalu memberikan motivasi disaat penulis sedang terpuruk.
15. Kepada Sahabat tercinta Vina Verina yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis.
16. Kepada teman-teman PPL di SDN 178 Gegerkalong KPAD tahun 2017/2018.
17. Seluruh teman seperjuangan angkatan 2015 atas semua bantuan, motivasi, dan dukungan serta kebersamaan yang diberikan kepada penulis selama ini.
18. Semua pihak yang memberikan gagasan dan dukungan yang tidak mungkin disebutkan satu persatu sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan berkah dan rahmat-Nya bagi kita semua, Terima kasih untuk bantuannya selama ini, semoga dapat menjadi amal ibadah di hadapan-Nya. Amin.

Akhir kata, semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pembaca.

Bandung, November 2019

Bagas Dwiawan

**PENGARUH GAYA MENGAJAR RESIPROKAL DAN MEDIA
AUDIO VISUAL TERHADAP HASIL BELAJAR PENCAK SILAT JURUS
TUNGGAL BAKU TANGAN KOSONG**

(Study eksperiment siswa kelas V SDN 178 Gegerkalong KPAD)

ABSTRAK

Bagas Dwiawan

Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Universitas Pendidikan Indonesia

Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran di sekolah mengharuskan pendidik menerapkan gaya mengajar resiprokal serta media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar pencak silat jurus tunggal baku tangan kosong. Sehingga siswa termotivasi untuk mencapai tujuan belajar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh gaya mengajar resiprokal dan media audio visual terhadap hasil belajar pencak silat jurus tunggal baku tangan kosong. Metode yang digunakan adalah metode eksperiment, dengan desain penelitian *One Grup Pretest and Posttest Desain*. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas V SDN 178 Gegerkalong KPAD berjumlah 40 orang. Dengan teknik pengambilan sampel *probability sampling*. Instrument yang digunakan untuk mengukur hasil belajar pencak silat menggunakan blanko penilaian jurus tunggal yang sudah baku dari IPSI (Ikatan Pencak Silat Indonesia). Teknik analisis data menggunakan *Paired Sample Test* dengan software *SPSS 17 for windows*. Hasil penelitian dibuktikan dengan perolehan nilai pretes sebesar 14,73 dan nilai posttest sebesar 31,35 jadi dapat disimpulkan bahwa penggunaan gaya mengajar resiprokal dan media audio visual memberikan pengaruh terhadap hasil belajar pencak silat jurus tunggal baku tangan kosong di SDN 178 Gegerkalong KPAD.

Kata kunci: Gaya mengajar resiprokal, media audio visual, pencak silat jurus tunggal baku tangan kosong.

**THE INFLUENCE OF RECIPROCAL TEACHING STYLES AND AUDIO
VISUAL MEDIA ON THE LEARNING OUTCOMES OF PENCAK SILAT
SINGLE STANCE BAREHANDED**

(Classroom student experimental studies V SDN Gegerkalong KPAD)

ABSTRACT

Bagas Dwiawan

Faculty Of Sport and Health education

Universitas Pendidikan Indonesia

Lack of student interest in participating in learning in schools requires educators to adopt reciprocal teaching styles and audio visual media to improve the learning outcomes of pencak silat single stance barehanded. So students are motivated to achieve learning goals. The purpose of this study was to determine the effect of reciprocal teaching styles and audio visual media on the learning outcomes of pencak silat single stance barehanded. The method used is an experimental method with a research design *one grup pretest and posttest desain*. The population in this study was students in grade V SDN 178 Gegerkalong KPAD totaling 40 people. With sampling technique *probability sampling*. The instrument used to measure learning outcomes of pencak silat used a single stance evaluation form that is standard from IPSI (Indonesian pencak silat ties). Data analysis techniques used *paired sampel test* with *SPSS 17 software for windows*. The results of the study are proven by the acquisition of pretest values of 14,73 and posttest of 31,35 so it can be concluded that the use of reciprocal teaching style and audio visual media have an influence on the learning outcomes of pencak silat single head in SDN 178 Gegerkalong KPAD.

Keywords: Reciprocal teaching style, audio visual media, pencak silat single stance barehanded

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH.....	iv
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii

BAB 1

PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian	8
1.4. Manfaat Penelitian	8
1.5. Struktur Organisasi Skripsi	9

BAB II

KAJIAN PUSTAKA	11
2.1. Hakikat Belajar.....	11
2.2. Pengertian Pembelajaran	12
2.3. Hakikat Pendidikan Jasmani	13
2.4. Pengertian Hasil Belajar.....	14
2.5. Hakekat Gaya Mengajar Pendidikan Jasmani.....	16
2.6. Gaya Resiprokal	16
2.6.1. Kelebihan dan Kelemahan Gaya Resiprokal.....	18
2.7. Media Audio Visual	19
2.7.1. Kelebihan dan Kekurangan Audio Visual.....	21
2.8. Hakikat Pencak Silat	21

2.8.1. Sejarah Pencak Silat	21
2.8.2. Definisi Pencak Silat	23
2.8.3. Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong	25
2.9. Penelitian Terdahulu yang Relevan	42
2.10. Kerangka Berfikir.....	44
2.11. Hipotesis.....	45

BAB III

METODELOGI PENELITIAN..... 46

3.1. Tempat dan Waktu Penelitian	46
3.2. Desain Penelitian.....	46
3.3. Partisipan.....	47
3.4. Populasi dan Sampel	48
3.5. Instrumen Penelitian.....	48
3.5.1. Kisi-Kisi Instrument.....	49
3.5.2. Format Instrumen Observasi <i>performance</i>	49
3.6. Prosedur Penelitian.....	51
3.6.1. Tahap Persiapan	51
3.6.2. Tahap Pelaksanaan	51
3.6.3. Pemberian Program (<i>Treatment</i>)	52
3.7. Analisis Data	81
3.7.1. Statistik Deskriptif.....	81
3.7.1.1. <i>Mean</i>	81
3.7.2 Standar Deviasi	82
3.7.3. Uji Asumsi.....	82
3.7.3.1. Uji Normalitas	82
3.7.4. Uji Homogenitas	82
3.7.5. Uji Hipotesis.....	83

BAB IV

TEMUAN DAN PEMBAHASAN..... 85

4.1. Temuan.....	85
------------------	----

4.1.1. Statistik Deskriptif.....	85
4.1.2. Uji Asumsi.....	85
4.1.2.1. Uji Normalitas	86
4.1.2.2. Uji Homogenitas	86
4.1.3. Uji Hipotesis.....	87
4.2. Pembahasa.....	89
BAB V	
KESIMPULAN, IMPLIKAASI DAN REKOMENDASI.....	93
5.1. Kesimpulan	93
5.2. Implikasi.....	93
5.3. Rekomendasi	94
DAFTAR PUSTAKA	96
LAMPIRAN-LAMPIRAN	100
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

TABEL 4.1. Statistik Deskriptif	87
TABEL 4.2. Uji Normalitas	88
TABEL 4.3. Uji Homogenitas	89
TABEL 4.4. <i>Pried Sample Test</i>	90

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Salam Pembuka)..	26
Gambar 2.2. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 1)....	27
Gambar 2.3. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 2) ..	29
Gambar 2.4. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 3) ..	32
Gambar 2.5. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 4)...	34
Gambar 2.6. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 5)...	36
Gambar 2.7. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 6)...	38
Gambar 2.8. Rangkaian Jurus Tunggal Baku Tangan Kosong (Jurus 7) ...	41
Gambar 3.1. Desain Penelitian <i>One Grup Pre-test and Post-test Design</i> ...	50
Gambar 3.2. Blanko penilaian pencak silat jurus tunggal baku tangan kosong... ..	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Dokumentasi Penelitian.....	11
Lampiran 2. Surat Keputusan.....	13
Lampiran 3. Data Hasil <i>Pretest dan Posttes</i>	16
Lampiran 4. Buku Bimbingan.....	18

Daftar Pustaka

- Abduljabar, B, Darajat J, (2014). *Statistik Dalam Penjas*. FPOK: UPI Bandung.
- Ainina, A, I. (2014) *Pemanfaatan Media Audio Visual Sebagai Sumber Pembelajaran Sejarah*. Jurnal Vol 3 No 1 Fakultas ilmu sosial, Universitas Negeri Semarang.
- Arikunto (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Arikunto (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arsil (2018) *Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Lempar Lembing Melalui Gaya Mengajar Resiprokal*. Jurnal Vol 2 No 2, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Jambi.
- Asyari, N, (2015) *Pengaruh Audio Visual Terhadap Hasil Gerak Pencak Silat Seni Tunggal*. Jurnal PJOK Vol 3 No 3, Universitas Negeri Surabaya
- Azis, A. (2015) *Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Masalah Dengan Metode Eksperimen Terhadap Hasil Belajar Fisika*. Jurnal Vol 1 No 3, Universitas Mataram
- Quthni, A, (2017) *pengaruh gaya mengajar resiprokal dan inquiri terhadap hasil menahan pada permainan sepak bola: Bandar Lampung Universitas Lampung, Skripsi*
- Abduljabar, B. (2010) *pengertian pendidikan jasmani*, Jakarta : infedika
- Firmansyah (2015), *Pengaruh strategi pembelajaran dan minat belajar terhadap hasil belajar matematika*, Jurnal pendidikan UNSIKA
- Fujianto, J. (2016) *penggunaan media audio visual untuk meningkatkan hasil belajar pada hubungan antar makhluk hidup: Sumedang, UPI kampus Sumedang. Jurnal Pena Ilmiah 1(1)*,
- Handayani (2014) *penerapan model pembelajaran resiprokal untuk meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok pada siswa kelas IV SD Negeri 01 Seluma*. Universitas Bengkulu. *Skripsi*
- Harsono, M. S., & Drs, M.S. (1998). *Coaching and Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi: Jakarta.
- Hasmina, H. (2016). *Penggunaan Media Audio Visual*. Banda Aceh: Jurnal Pesona Dasar.

- Hayati, N. (2017) *Hubungan Penggunaan Media Pembelajaran Audio Visual Dengan Minat Peserta Didik Pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam*. Jurnal Vol 14 No 2. Fakultas Agama Islam, Universitas Islam Riau
- Joyce. (2008) *understanding of learning*, Pearson Education.
- Juliantine. T Dkk. (2015). *Model-model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung.
- Juliantine, T., Subroto, T., & Yudiana, Y. (2015). *Model-model Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung: CV. Bintang Warli Artika.
- Juliantine, T., Subroto, T., & Yudiana, Y. (2016). *Belajar dan Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. FPOK UPI.
- Juliantine. T Dkk. (2016). *Belajar dan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung
- Junaidi, Yunyun. Y, (2016). *Pengaruh Gaya Resiprokal Dalam Pembelajaran Permainan Bola Voli Terhadap Pengembangan Kreatifitas Siswa*. Jurnal Vol 1 No 1, Universitas Pendidikan Indonesia
- Kenanga, A. L (2018) *Pengaruh Permainan 3x3 Basketball Terhadap Hasil Belajar Permainan Bola Basket*. FPOK UPI. Skripsi.
- Lubis, J. & Wardoyo, H. (2014). *Pencak Silat*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Mahendra, A. (2015) *Filsafat Pendidikan Jasmani*. CV. Bintang Warli Artika. Bandung.
- Masrur, (2018) *Penerapan Gaya Resiprokal Dengan Menggunakan Modifikasi Bola Voli Mini Dalam Meningkatkan Hasil Belajar Passing Atas Kelas V SD Impres Jatia Kabupaten Bantaeng*. Universitas Negeri Makasar
- Mayangsari, D. (2014) *Penerapan Metode Eksperimen Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar IPA*. Jurnal Vol 1 No 1, Universitas Jember
- Mulyana. (2014) *Pendidikan Pencak silat*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Nunu, M. (2012) *Kajian Terhadap Langkah-Langkah Pemilihan Media dan Implementasinya Dalam Pembelajaran*. Jurnal Pemikiran Islam; Vol. 37, No. 1, Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Suska Riau.
- Prasanto, S, P. (2016) *Penerapan Dimensi Kepelatihan Olahraga Pencak Silat Model Jurus Suroboyo Maju Simpatik Siap Gerak*. Jurnal Vol 4 No 1, Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Surabaya
- Rachmayani, D. (2014) *penerapan pembelajaran resiprokal teaching untuk meningkatkan kemampuan komunikasi matematis dan kemandirian belajar matematika siswa*. JURNAL 2 (1) FIP-Universitas Muhammadiyah Jakarta.

- Resti, T. (2017) *Penggunaan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Pencak Silat Paleredan*. STKIP Muhammadiyah. Kuningan
- Saputra, M. (2019) *Penerapan Model Kebugaran Untuk Meningkatkan Gaya Hidup Aktif*. FPOK UPI. Skripsi
- Sayidiman (2012) *Penggunaan Media Audio Visual Dalam Merangsang Minat Mahasiswa Terhadap Mata Kuliah Seni Tari*. Jurnal Vol 2 No 1, Pendidikan Guru Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Pendidikan UNM.
- Setyanto, E, A. (2005) *Memperkenalkan Kembali Metode Eksperimen Dalam Kajian Komunikasi*. Jurnal Ilmu Komunikasi Vol 3 No 1.
- Slameto (2010) *belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Rineka cipta, Jakarta
- Sucipto. (2014) *Pembelajaran Pencak Silat* Bandung CV. Bintang Warliartika
- Sudiana dan Sepyanawati. (2017). *Pencak silat*. Jakarta: informatika
- Sugiyono. (2017) *Metode Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sulaiman, A, H. (2015) *Media Audio Visual*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Suwarto (2015) *Penggunaan Media Audio Visual Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Pkn*. Jurnal Vol 2 No 2, Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Tamim, H, M. (2017) *Pengaruh Metode Latihan (Resiprokal dan Inklusi) Persepsi Kinestetik Terhadap Teknik Overhead Lob Forehand Bulu Tangkis*. Jurnal Keolahragaan Vol 5 No 1, Universitas Hamzanwadi, Lombok Timur
- Wardoyo, (2014). *Pembelajaran pencak silat*. Jakarta: informatika
- Widiastuti (2017) *Model Latihan Endurance Berbasis Jurus Tunggal Tangan Kosong Untuk Usia Remaja*. Jurnal Vol 08 No 2, Universitas STKIP Pasundan Jakarta
- Yusantika, D, F. Suyitno, Furaidah (2018) *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Kemampuan Menyimak Siswa Kelas IV*. Jurnal Vol 3, No 2. Universitas Negeri Malang.

<http://ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/3660/0>

<http://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/download/13906/12693>

https://scholar.google.co.id/scholar?q=jurnal+pencak+silat&hl=id&as_sdt=0&as_vis=1&oi=scholar

<https://sejarahlengkap.com/olahraga/sejarah-pencak-silat>

<https://www.google.com/search?ei=8rgcXbzJA4bYz7sPzLWT6Ak&q=kelebihan+dan+kekurangan+media+audio+visual+menurut+para+ahli&oq=kekurangan+dan+kelebihan+media+audio+visual>

www.ejournal.upi.edu/index.php/penjas/article/view/3668/0

www.sarjanaku.com/2011/05/media-audio-visual.html?m=1

www.sarjanaku.com/2011/05/media-audio-visual.html?m=1